

5/5

AccNo: 44666

Q1

அடிக்கடி கேட்கப்படும்
100 கேள்விகளுக்குப் பதில்
அளிக்கிறார் பகவான் ஸ்ரீரமணர்

தொகுப்பு : ஏ.ஆர். நடராஜன்

அடிக்கடிக் கேட்கப்படும்
100 கேள்விகளுள் துப் பதில்
அளிக்கிறார் பகவான்
ஸ்ரீரமணர்

ஆங்கில மூலம்:
ஏ.ஆர். நடராஜன்



தமிழ் மொழி பெயர்ப்பு:
டாக்டர் தி.நா. பிரணதார்த்தி ஹரன்

வெளியீடு
ரமண மகரிஷி ஸெண்டர் ஃபார் ரெர்னிங்
பெங்களூர்-560 094

© ரமண மஹர்ஷி ஸென்டர் ஃபார் லெர்னிங்
போஸ்ட் ஆபிஸ் ரோடு, சஞ்ஜய்நகர்
பெங்களுர்-560 094. தொலைபேசி : 23512639

முதற் பதிப்பு - 2003

இரண்டாம் பதிப்பு - 2006

1000 பிரதிகள்

ஐ.எஸ்.பி.எண்: 81-88261-09-2

விலை : ரூ. 20/-

அச்சகம் :

ஆரித்ரா பிரிண்டர்ஸ்

பெங்களுர்-560 003.

தொலை பேசி : 23346025

முன்னுரை

1896 ஜூலை 17-ம் நாள் தமது 16-வது வயதில் பகவான் ஸ்ரீ ரமண மகரிஷி ஞானம் பெற்றார். அவ்வாண்டு செப்டம்பர் முதல் நாள் அவர்திருவண்ணாமலையை அடைந்தார். 1900 முதல் ஞானகுருவாக விளங்கிய அப்பணி அவர் 1950 ஏப்ரல் 14 அன்று மகாநிர்வாணம் அடைந்தது வரைத் தொடர்ந்தது. இந்தக் காலத்தில் பல்வேறு ஆன்ம சாதகர்கள், பக்தர்கள், பொதுமக்கள் ஆகியோர் அவரிடம் சாத்திரம் பற்றிய தெளிவும், வழிகாட்டுதலும் பெற்றனர். அதுவும் ரமணவழியாம் ஆத்ம விசாரத்தில் சந்தேகம் தெளிந்தனர்.

பல முக்கியமான கேள்விகள் சிறிய புத்தகங்களில் ரமண மகரிஷிக் கல்வி மையத்தால் வெளியிடப்பட்டுள்ளன. அவ்வரிசையில் இது ஒன்பதாவது வெளியீடு.

அடிக்கடி கேட்கப்பட்ட 100 கேள்விகள் நூலில் இடம் பெற்றுள்ளன. தேடல், ஆத்ம விசாரம், தியானம், ஆன்மிக இதயம், சமாதி, ஞானி என்ற 6 தலைப்புகளில் அவை ஒழுங்குபடுத்தப்பட்டுள்ளன. இப்புத்தக வரிசை மனக்கலக்கமிக்க இக்காலத்தில் மனசாந்தி நாடும் அன்பர்களுக்கு மிகவும் பயன்படும் என நம்புகிறோம். மன அமைதியும், ஆனந்தமும் உங்கள் இயல்பு என உணர்ந்து அனுபவம் பெற இந்நூல் நிச்சயம் உதவும்.

பெங்களுர்,
அக்டோபர் 15, 2002
விஜயதசமி நாள்.

ஏ.ஆர். நடராஜன்

நன்றியுரை

ஸ்ரீ ரமணாஸ்ரம வெளியீடுகளை உபயோகிக்க அதன் தலைவர் ஸ்ரீ வி.எஸ். ரமணன் அனுமதியளித்துள்ளார். டாக்டர் திரு. பிரணதார்த்தி ஹரன் இந்நூலை ஆங்கில மொழியிலிருந்து மிகச்சரளமாக தமிழில் மொழிபெயர்த்துள்ளார். திரு. ஆர். கஜபதி இறுதி அச்சுத்தாள்களை மிக்க கவனத்துடன் பார்த்துள்ளார்.

ஆரித்ரா பிரிண்டர்ஸ் இந்நூலை டைப் செய்ததுடன் சிறப்பாக அச்சடித்துள்ளார்கள். இவர்கள் அனைவருக்கும் என் உளமார்ந்த நன்றி.

பெங்களூர்

1-3-2003

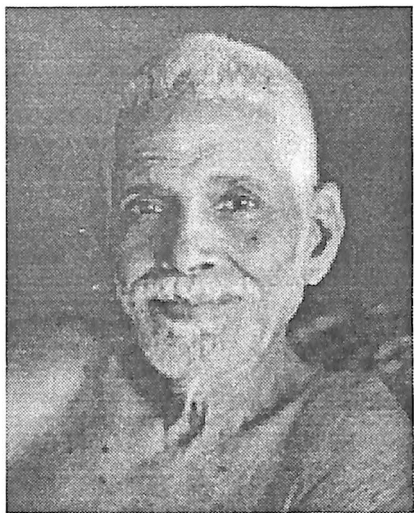
ஏ.ஆர். நடராஜன்

தலைவர், ரமண மஹர்ஷி
ஸென்டர் ஃபார் லெர்னிங்

உள்ளடக்கம்

பக்கம்

1. தேடல்: ஆத்ம விசாரம்	1
2. தியானம்	19
3. ஆன்மிக இதயம்	42
4. சமாதி	48
5. ஞானி	51
6. பொது	62



1. தேடல்: ஆத்ம விசாரம்

1. தேடுவதால் ஆத்மாவை உணரலாம் என்கிறீர்கள். இந்தத் தேடலின் இயல்புதான் என்ன?

பதில் : நாம் இந்த மனமே என்று நினைக்கிறோம். மனம் என்பது வெறும் எண்ணங்களே. ஒவ்வொரு எண்ணத்திற்கும் பின்புலத்தில் 'நான்' என்ற எண்ணம் இருக்கிறது. இந்த 'நான்' என்பதை முதல் எண்ணம் என்று கூறலாம். அதைப் பற்றிக் கொண்டு, அது என்ன என்பதைக் கண்டறியுங்கள். இந்த நாட்டத்தில் (நான் யார்?) நீங்கள் திடமாக நிற்கும்போது, உங்களால் மற்ற எண்ணங்களைப் பற்றி நினைக்கவே முடியாது.

* * * *

2. நான் இவ்வாறு செய்து 'நான்' என்ற எண்ணத்தைப் பற்றி நிற்கும்போது, மற்ற எண்ணங்கள் வந்து போகின்றனவே. ஆனால் 'நான் யார்?' என்று எனக்குள்

நானே கேட்டுக் கொள்கிறேன். ஆனால் பதில் ஏதும் வருவதில்லை. இந்த நிலைதான் சாதனை எனப்படுவது, இல்லையா?

பதில்: மக்கள் அடிக்கடிச் செய்யும் தவறே இதுதான். ஆத்மாவை உறுதியாகத் தேடும்போது, 'நான்' என்ற எண்ணம் மறைகிறது. நமக்குள் ஆழத்திலிருந்து ஏதோ ஒன்று நம்மைப் பிடித்துக் கொள்கிறது. தேடலைத் தொடங்கிய 'நான்' அல்ல இது.

* * * * *

3. அந்த 'ஏதோ ஒன்று' என்பது எது?

பதில்: அதுவே உண்மையான ஆத்மா. 'நான்' என்பதன் உண்மைப் பொருள் அதுவே. அகந்தை அன்று. பரம்பொருளே அதுவாம்.

* * * * *

4. மற்ற எண்ணங்களிலிருந்து விடுபடுவது எப்படி?

பதில்: இந்த எண்ணங்கள் யாருக்கு?' என்ற

விசாரத்தின் பயனாக அவற்றிலிருந்து விடுபடலாம்.

* * * *

5. ஆத்ம விசாரத்தில், 'நான் யார்?' என்ற கேள்வி யாரை நோக்கிக் கேட்கப்படுகிறது?

பதில்: நீங்கள் யாரோ, அவரை நோக்கி. அகந்தை தனது மூலத்தை அறியத் தேவை ஏற்படும்போது அல்லது தன்னை விட உயர முயலும்போது, ஆழ்ந்து செல்லுகிறது. தனது மூலத்தையும், தனது உண்மை நிலையையும் கண்டறிகிறது. எனவே அகந்தை (நான்) தன்னை அறிய முற்பட்டு, ஆத்மாவை அறிதலில் முடிகிறது.

* * * *

6. எண்ணங்களை விலக்கிக் கொண்டே செல்லுதலை விசாரம் என்று அழைக்கலாமா?

பதில்: இதைத் தொடக்கநிலை எனலாம். ஆனால் ஆத்மாவைப் பற்றிக் கொண்டு விசாரத்தைத்

தொடரும்போது மன ஓட்டத்திலிருந்து, எண்ண அலைகளிலிருந்து நாம் விடுபடுகிறோம்.

* * * *

7. எண்ணங்களை விலக்குவது என்பது தேவைதானா?

பதில்: இல்லை. ஒரு குறிப்பிட்ட காலம்வரை அது தேவை. ஒவ்வொரு எண்ணமும் எழும்போது அதை விலக்குவது என்று முற்பட்டால் அதற்கு எல்லையே இல்லை என்று கற்பனை செய்ய வேண்டாம். அதற்கு முடிவு உண்டு. விழிப்பாக இருந்து, ஒவ்வொரு எண்ணத்தையும் அது எழும்போதே விலக்கினால், நமக்குள் நாம் ஆழ்ந்து, மிக ஆழ்ந்து செல்கிறோம் என்பது சீக்கிரமே புரியும். உள்ளே ஆழ்ந்து செல்லச் செல்ல எண்ணங்களை விலக்க இனி முயற்சியே தேவையிருக்காது.

* * * *

8. பின் முயற்சியில்லாமலேயே இருக்க இயலுமா?

பதில்: ஆம், அது மட்டுமன்று. ஒரு குறிப்பிட்ட எல்லைக்கு அப்பால் நம்மால் முயற்சி செய்வது என்பதே இயலாது.

* * * *

9. மேலும் ஞானம் பெற விரும்புகிறேன். முயற்சி ஏதும் செய்யாமல் இருக்கலாமா? அது போதுமா?

பதில்: இப்பொழுது முயற்சி ஏதும் செய்யாமல் இருப்பது என்பது முடியவே முடியாது. ஆனால் உள்ளே ஆழ்ந்து செல்லச் செல்ல எந்த முயற்சியும் சாத்தியம் இல்லை.

* * * *

10. பின் வெளியே கிடைக்கும் உதவியை நீக்கிவிட்டு, என் முயற்சியால் நானே எனக்குள் சென்று ஆழ்ந்து உண்மையை உணர முடியும் அல்லவா?

பதில்: உண்மை. ஆனால் ஆன்ம நாட்டம் ஏற்படுவது என்பதே தெய்வீக அருளின்

வெளிப்பாடு. அது ஆத்மாவாம் இதயத்தில் ஒளிவிட்டுக் கொண்டிருக்கிறது. உள்ளிருந்து அது நம்மை இழுத்துக் கொள்ளும். வெளியிலிருந்து உள்நோக்கிச் செல்வதே தேவையான முயற்சி. அந்த முயற்சியே விசாரம்.

* * * *

11. பின் விசாரம் என்பது அறிவுபூர்வமானதில்லையா?

பதில்: இல்லை. அது ஆந்தர விசாரம், உள்முகத் தேடல்.

* * * *

12. அப்பியாசம் அல்லது சாதனை (பயிற்சி) என்பது என்ன?

பதில்: எண்ணங்களால் பாதிக்கப்படாத நிலையை எய்துவதே அப்பியாசம் அல்லது சாதனை. ஆனால் முயற்சியும், பொறுப்புகளும் நம்மிடமிருந்து நீங்கும்போது அந்நிலை மேலும் ஆழமும் வலிவும் பெறுகிறது. அந்நிலைக்கு 'ஆரூடம்', 'சித்தி' என்ற பெயர்கள் உண்டு.

* * * *

13. சித்தி அடைந்தவனால் பேசி, நடந்து,
செயல்பட முடியுமா?

பதில்: ஏன் முடியாது? ஆத்மாவை உணர்தல்
என்பது கல் போலவோ அல்லது சூனியமாதல்
என்று நினைக்கிறீர்களா?

* * * *

14. எனக்குத் தெரியாது - ஆனால், எல்லாச்
செயல்களிலிருந்தும், எல்லா எண்ணங்களி
லிருந்தும், வாழ்க்கை அனுபவங்களி
லிருந்தும் விலகி நிற்பதுதான் மிக உயர்ந்த
நிலை என்கிறார்களே?

பதில்: அப்படியானால் இந்த நிலைக்கும் ஆழ்ந்த
உறக்கத்திற்கும் இடையே உள்ள வேறுபாடு
யாது? மேலும் மிக உயர்ந்த நிலையானாலும்,
தோன்றி மறைந்தால் அது இயல்பானது ஆகாது.
பின் அது எப்படி எல்லா நிலையிலும் இருக்கும்
மிக உயர்ந்த ஆத்மாவைக் குறிக்கும்? அவ்வாறு
ஒரு நிலை இருப்பது உண்மை.

* * * *

15. ஆத்மாவே கடவுள் என்கிறீர்களா?

பதில்: ஆத்மாவை அறியும் விசாரம் என்பது, 'சிவோஹம்' அல்லது 'ஸோஹம்' என்பதிலிருந்து வேறுபட்டது. ஆத்ம அறிவையே நான் வலியுறுத்துகிறேன். ஏனெனில் உலகத்தையும் இறைவனையும் பற்றி அறியுமுன்னர் நம்மைப் பற்றி அறிதல் அவசியம் ஆகிறது. 'ஸோஹம்' தியானம் என்பது ஒரு நினைப்பு. ஆனால் நான் கூறும் விசாரம் என்பது நேரான மார்க்கம்; மற்றவகைத் தியானத்தை விட உயர்ந்தது. ஆத்மாவைத் தேட ஆரம்பித்து, ஆழ்ந்து செல்லச் செல்ல, உண்மையான ஆத்மா உங்களை ஏற்கக் காத்திருக்கிறது. பின் நிகழும் செயல்கள் எல்லாம் வேறு ஒன்றினால் செய்யப்படுகிறது. அதில் நமக்கு எந்தப் பங்கும் இல்லை.

இந்த மார்க்கத்தில் எல்லாச் சந்தேகங்களும், வாதங்களும் தானாகவே ஓய்ந்து போகும். தூங்கும் போது கவலைகளை மறப்பது போன்றது இந்நிகழ்வு.

* * * *

16. ஏதோ ஒன்று காத்திருந்து நம்மை
வரவேற்கும் என்பது எப்படி நிச்சயம்
ஆகும்?

பதில்: போதுமான அளவு பக்குவப்பட்டால்,
இயல்பாகவே திருப்தி ஏற்படும்.

* * * *

17. இந்த முன்னேற்றம் எவ்வாறு
சாத்தியமாகும்?

பதில்: பலவிதமான பதில்கள் தரப்படுகின்றன.
ஆனால் முன்னால் ஏற்பட்ட முன்னேற்றம்
எப்படி இருந்தாலும், விசாரம் முன்னேற்றத்தை
விரைவுபடுத்துகிறது.

* * * *

18. இந்த வாதம் ஒரு வட்டத்தில் அமைகிறது.
நான் முன்னேறி இருக்கிறேன். எனவே
தேடலுக்கான வலிமை என்னிடம் இருக்
கிறது. தேடலே எனக்கு முன்னேற்றத்தைத்
தருகிறது.

பதில்: மனத்திடம் இந்தப் பிரச்னை எப்போதுமே உண்டு. தன்னைத் திருப்திப்படுத்திக் கொள்ள எப்போதும் அதற்கு ஒரு கோட்பாடு தேவைப்படுகிறது. கடவுளை நிச்சயம் அடைய நினைப்பவனுக்கோ அல்லது தன்னை முழுதும் உணர நினைப்பவனுக்கோ, உண்மையில் எந்தக் கோட்பாடும் தேவையில்லை.

* * * *

19. சமய உபதேசங்களை வெளியிட்டு நான் பிரசாரம் செய்கிறேன். ஜபம், எழுதுதல், கடவுள் புகழைப் பாடுதல், படித்தல் ஆகியவை செய்கிறேன். இதைத் தொடர்ந்து செய்யலாமா? வேறு விதமாகச் சொன்னால், 'நான் யார்?' என்ற விசாரத்தைச் செய்யும் போது மேலே சொன்னவற்றைத் தொடர்ந்து செய்யலாமா?

பதில்: ஆத்ம விசாரத்தை விடாமல் இவற்றைத் தொடர்ந்து செய்ய முடியுமானால் நீங்கள்

செய்யலாம். பிராரத்தப்படி வேலை நடக்கும். முதலில் ஜபம் போன்றவற்றின் காரணத்தை நீங்கள் அறிதல் வேண்டும். இருந்தபடி இருங்கள். உண்மை இயல்புதான் ஜபம். ஜபமும் கடவுளும் ஒன்றே. பெயருக்கும் அது குறிக்கும் பொருளுக்கும் இடையே ஒற்றுமை உண்டு.

* * * *

20. நான் யார்? இந்தக் கேள்வி யாரைக் குறிக்கிறது?

பதில்: இந்தக் கேள்வி தனிமனித 'நான்' என்பதைக் குறிக்கிறது. இது ஆத்மாவைக் குறிக்கவில்லை.

* * * *

21. 'நான் யார்?' என்ற விசாரணையோடு 'நான் சிவன்' என்று கூறிக் கொள்ளலாமா? 'நான் மனமில்லை, புத்தியில்லை, உடலில்லை...' என்று கூற வேண்டாமா?

பதில்: ஆத்ம விசாரத்தின் போது நீங்கள்

மனத்திற்கு எந்தப் பதிலும் கூறக் கூடாது. பதில் உள்ளேயிருந்து வர வேண்டும். தனிமனித 'நான்' கூறுவது உண்மையில்லை. ஞான மார்க்கத்தில் விடை கிடைக்கும் வரை விசாரத்தைத் தொடருங்கள். இந்த விசாரம்தான் தியானம் என்று அழைக்கப்படுகிறது. இந்த நிலையில் எழும் அமைதியான, அறிவுமிக்க, முயற்சியில்லா அனுபவமே ஞானம்.

* * * *

22. நான் யார்? 'நான்' என்பது எங்கிருந்து எழுகிறது? மனத்தால் தொடர்ந்து இதனை ஜபம் செய்யலாமா? மனத்தின்முன் இக்கேள்வியை ஓரிரு முறை வைத்தால் போதுமா? பின் 'நான்' என்பதன் உணர்வில் ஆழ்ந்து சென்று அங்கு உலகைப் பற்றிய எல்லா எண்ணங்களையும் நிறுத்தி விடுதல் போதுமா?

பதில்: 'நான் யார்?' 'நான் யார்?' என்று ஜபம் செய்யக் கூடாது. மனத்தின் முன் இக்கேள்வியை

வைத்தபின், 'நான்' என்பதன் உணர்வினைத் தேடிச் செல்ல வேண்டும். ஒருவர் பெயர் தேசாய் என்றால், 'நான் தேசாய்' என்று அவர் திரும்பத் திரும்பச் சொல்ல வேண்டியதில்லை. அது போலவே, 'நான் பிரம்மம்' என்று திரும்பத் திரும்பச் சொல்ல வேண்டியதில்லை. எல்லாச் சாதனைகளிலும் மனத்தை அமைதிப்படுத்த வேண்டும். ஆனால் ஜபம் செய்யும்போது மனம் அமைதியாக இருக்காது. இவ்வாறு பயிற்சி செய்வதற்குப் பதிலாக, மனத்தைப் பார்ப்பவனை, சாட்சியை பிரம்மமாக அனுபவிக்க வேண்டும். பிரம்மத்தை சாட்சியாக அனுபவிக்க வேண்டும்.

* * * *

23. அத்தகைய மனத்தை அடக்குவது எவ்வாறு?

பதில்: ஆத்ம விசாரத்தைத் தவிர, மனத்தை நாசம் செய்ய வேறு வழியே இல்லை.

* * * *

24. இறுதி உண்மை என்பது ஒன்று என்றால், காண்பவனுக்கு வேறாக உலகம் தோன்றுவது ஏன்? தன்னிலிருந்து வேறாக ஒரு பொருளைக் காண்பது யார்? அதாவது எழுவாயிலிருந்து வேறாகச் செயப்படு பொருளைக் காண்பது யார்?

பதில்: இந்தக் கேள்வியை கேட்பது யார்?

* * * *

25. உண்மையை நாடுபவனே இக்கேள்வியைக் கேட்கிறான்.

பதில்: அவன் யார்?

* * * *

26. உண்மையை அறிய ஆசைப்படுகிறவன்.

பதில்: உண்மையை அறிந்து கொள்ள வெறும் விருப்பம் ஏற்படுவதைக் காட்டிலும், அனுபவம் ஏற்பட்டால், இத்தகைய கேள்விகள் எழா.

* * * *

27. அறிபவன், அறிபொருள், அறிவு என்ற முப்புடி வெறும் தோற்றம் என்கிறீர்கள். அதற்குப் பின்னால் ஓர் ஒற்றுமை இருக்கிறது, அதுவே அதைத் தாங்குகிறது என்றும் சொல்கிறீர்கள். அப்படியானால் அந்த ஒற்றுமை எது? அது மிகவும் சக்தி வாய்ந்ததா?

பதில்: ஆம், அது ஒரு சர்வசக்தி வாய்ந்த இருப்பு.

* * * *

28. பின் எப்படி 'நானே' அறிவது?

பதில்: இந்தக் கேள்வியை (உங்களுக்கு உள்ளே) விசாரித்தால், ஆத்மானுபூதி (அனுபவம்) கிட்டும்.

* * * *

29. 'நான்' என்பதற்கும் 'அனாத்ம வஸ்துக் களுக்கும் இடையே எந்த உறவும் இல்லை என்று நிச்சயமான முடிவுக்கு வந்த பின்னும்

(அனாத்ம வஸ்துக்கள்—உடல், பொறிகள், பொருள்கள்) மனம் அனாத்ம வஸ்துக்களை நாடிச் செல்கிறதே. அது ஏன்? அதற்கு மருந்து என்ன?

பதில்: போதுமான அளவு அப்பியாஸமும் (பயிற்சி) வைராக்கியமும் இன்மையே இதற்குக் காரணம். பயிற்சியின் மூலம் ஆத்ம விசாரம் நிலைபெறும்போது, உறுதியான துறவுத் தன்மை ஸ்திரப்படும்போது, மனம் அனாத்ம வஸ்துக்களை நினைப்பதிலிருந்து விடுதலை பெறும்.

* * * *

30. ஆத்ம விசாரத்திற்கு எனக் காலையில் சிறிது நேரமும் மாலையில் சிறிது நேரமும் ஒதுக்கினால் போதுமா? அல்லது எழுதுதல், நடத்தல் ஆகிய எப்பொழுதும் செய்ய வேண்டுமா?

பதில்: இப்பொழுது உங்கள் உண்மை இயல்பு என்ன? எழுதுவதா, நடப்பதா அல்லது

இருப்பதா? மாற்றமுடியாத ஒரே உண்மை நமதிருப்பு. அந்தத் தூய இருப்பை உணரும்வரை விசாரத்தைத் தொடர்ந்து செய்ய வேண்டும். அதில் நிலைத்து விட்டால், இனிக் கவலை ஏதும் இல்லை.

எண்ணங்கள் எழாதவரை யாரும் எண்ணங்களின் மூலத்தை விசாரித்து அறிய மாட்டார்கள். 'நான் நடக்கிறேன்', 'நான் எழுதுகிறேன்', என்று நினைக்கும் வரை, அவ்வாறு செய்வது யார் என்று விசாரிக்க வேண்டும்.

ஒருவர் ஆத்மாவில் ஊன்றி நிற்கும்போது, இச்செயல்கள் தாமாகவே நிகழும். வாழ்வில் ஒவ்வொரு கணமும், 'நான் மனிதன்' 'நான் மனிதன்' என்று எப்பொழுதும் சொல்லிக் கொண்டிருக்கிறோமா? இல்லையே. இருப்பினும் எல்லாச் செயல்களும் நடந்து கொண்டதான் இருக்கின்றன.

* * * *

31. பகவான்! தங்கள் நூல்களைப் படிக்கும்போது, விசாரம் என்பது நமதியல்பை உணர ஒருவழி என்பதை அறிகிறேன்.

பதில்: ஆம். அதுவே விசாரம். கேள்வி கேட்பவர் ஆத்ம இருப்பை ஒப்புக் கொண்டுதான் ஆக வேண்டும். 'நான் இருக்கிறேன்' என்பதே உண்மை உணர்வு. அதை உணரும்வரை முயற்சியைத் தொடர்தல் (இக்குறிப்பை பற்றிக் கொண்டு) விசாரம். விசாரமும், உண்மையை உணர்தலும் இரண்டும் ஒன்றே. தியானிப்பதற்கு ஒரு பொருள் வேண்டும் தியானத்தில். தியானிக்கப்படும் பொருள் இல்லாமல் தியானிப்பவன் மட்டுமே இருப்பது விசாரம். இவ்வாறு தியானமும் விசாரமும் வேறுபடுகின்றன.

* * * *

2. தியானம்

32. நான் அடைய வேண்டிய உண்மைதான் என்ன? தயவு செய்து விளக்க வேண்டுகிறேன்.

பதில்: நாம் விரும்புவதும், அடைய வேண்டியதும் எல்லையில்லா ஆனந்தமே. அதைப் பலவழிகளில் நாம் அடைய முயன்றாலும், அது புதிதாகத் தேடி அடையப்படும் புதிய அனுபவம் அன்று. நமதியல்பே 'நான்' என்பது. அது எப்பொழுதும் எல்லோராலும் அனுபவிக்கப்படுகிறது. அது நமக்குள்ளேயே இருக்கிறது, வேறு எங்கும் இல்லை. நாம் அதை எப்பொழுதும் அனுபவித்தாலும், நம் மனம் அதைத் தேடி எப்போதும் அலைந்து கொண்டிருக்கிறது. அது நம்மிலிருந்து வேறாக எங்கேயோ இருக்கிறது என்ற அறியாமையே இதற்குக் காரணம். 'எனக்கு நாக்கில்லை' என்று ஒருவன் நாக்கினாலேயே கூறுவதைப் போன்று இருக்கிறது இது.

33. அப்படியானால், எதற்காகப் பல்வித ஆன்மிகப் பயிற்சிகள் உருவாக்கப் படுகின்றன?

பதில்: ஆன்மா என்பது புதிதாக அடையப்படும் ஏதோ ஒன்று என்ற தவறான கருத்தினை நீக்கவே சாதனைகள் உண்டாயின. ஆன்மாவைப் புறக்கணித்து விட்டு, 'நான் இந்த உடம்பே' என்ற தவறான கருத்தே மாயையின் வேர். இந்த எண்ணம் ஒரு முறை உதித்தாலே போதும். அது பல்லாயிரக் கணக்கான எண்ணங்களாக உடனே பெருகி ஆத்மாவை மறைத்து விடும்.

* * * *

34. 'நான் இந்த உடம்பு அன்று' என்ற எண்ணம் இல்லாம் அமைதியாக இப்பொழுது அமர்ந்திருக்கிறேன். இதுதான் உண்மை நிலையா?

பதில்: இந்த நிலை மாறாது இப்பொழுது போலவே எப்பொழுதும் இருக்க வேண்டும்.

சிறிது நேரம் கழித்து மாறினால், மற்ற எண்ணங்கள் நீங்கவில்லை என அறியலாம்.

* * * *

35. வேலைப்பளு காரணமாக தியானிக்க மறந்து விடுகிறேன். இவ்வாறு அடிக்கடி மறந்து போனால், எனக்கு எப்போது முன்னேற்றம் ஏற்படும்?

பதில்: கவலை வேண்டாம். ஞானம் ஒரு நாளில் வராது. சம்ஸ்காரங்கள் (மனப்பதிவுகள்) படிப்படியாகவே மறையும். இன்று ஒவ்வொரு நான்கு மணியிலும் 'ஓ, நான் தியானிக்க மறந்து விட்டேனே' என்று நாம் நினைக்கலாம். நாளை ஒவ்வொரு 31/2 மணியிலும் இவ்வாறு நினைக்கலாம். அடுத்த நாள் 3 மணிக்கு ஒரு முறை இந்த எண்ணம் வரலாம். இவ்வாறு தியானிப்பதில் ஆர்வம் மெதுவாக வரும்.

* * * *

36. தியானிக்கும்போது மனம் ஒன்றை நோக்கிக் குவியவில்லை (ஒன்று-தியானிக்கும் பொருள்). ஓரிடத்தில் நிற்காமல் பலவாறு சிதறி ஓடுகிறது ஏன்? மனத்தின் சிதறிப் பரவும் இத்தன்மையை மாற்றி அதன் மூல நிலையாம் எண்ணங்கள் (நினைவுகள்) அற்ற நிலையை அடைவது எவ்வாறு?

பதில்: மனம் பிற பொருள்களோடு சேருவதே அநாத்மா. பிறவற்றோடு சேர்வதால் தியானத்தின் போது மனம் அலைபாய்கிறது. ஆகவே மனத்தை அனாத்ம வஸ்துக்களிலிருந்து விலக்கி, ஆத்ம விசாரத்தில் நிறுத்த வேண்டும். 'நினைப்பவனாகிய தான் யார்?' என்று நாட்டத்தை தன் மீது முழுமையாகச் செலுத்தினால், நமக்கு அந்நியமான எண்ணங்கள் விலக்கப்படும்.

* * * *

37. 'நான்' என்ற ஆத்மாவுக்கும், அநாத்மாவுக்கும் இடையே எந்தத்

தொடர்பும் இல்லை என்று விசாரத்தின் மூலம் நிச்சயமான முடிவுக்கு வந்த பின்னும், மனம் அனாத்ம வஸ்துக்களின் பின் செல்கிறதே. அது எதனால்? அதை எப்படி நீக்குவது?

பதில்: அப்பியாஸமும், வைராக்கியமும் போதாமையே இதற்குக் காரணம். அப்பியாஸத்தின் மூலம் ஆத்ம விசாரம் திடமான பின், மன உறுதியால் துறவு மனப்பான்மை உறுதியாகும் போது - அனாத்ம வஸ்துக்களைப் பற்றிச் சிந்திக்கும் போக்கிலிருந்து மனம் விடுபடும்.

* * * *

38. தியானிக்கும்போது மனம் அலைபாய்கிறது. எவ்வளவு முயற்சித்தும் அதை அடக்க இயலவில்லை. தியானிப்பதை விட்டு விடலாமா?

பதில்: மனம் அலைபாய்வது அதன் இயல்பு என நினைத்துத் தியானத்தைக் கைவிட வேண்டாம். பயிற்சி செய்வது எல்லாம் இயல்பாகி விடும்.

அடக்குதல் தொடர்ந்து செய்யப்பட்டால்
தியானமே இயல்பாகி விடும்.

* * * *

39. மனத்தை உறுதிப்படுத்த எந்த வழியைப்
பின்பற்ற வேண்டும்?

பதில்: எப்பொழுதும் ஒன்றை நினைத்தால்
போதும். மனம் அடிபணிய மறுத்தால் மறுபடியும்
தொடக்கத்திலிருந்து முயற்சி செய்யுங்கள்.
போகப் போக மனம் உங்கள் கட்டளைகளுக்குக்
கீழ்ப்பணியும்.

* * * *

40. சில சமயம் தியானம், சில சமயம் உலகச்
செயல்கள். இரண்டுக்கும் இடையே உள்ள
வேறுபாடு என்ன?

பதில்: தியானிப்பது, செயல்படுவது ஆகிய
இரண்டும் ஒன்றே. ஒரு பொருளை இருவேறு
மொழிகளில் இருவேறு சொற்களால் அழைப்பது
போன்றது இது. ஒரே கண்ணால் இரு வேறு

திசைகளில் பார்க்கிறது காக்கை. மூச்சு விடுவதற்கும் தண்ணீர் குடிப்பதற்கும் அதே துதிக்கையைப் பயன்படுத்துகிறது யானை. பார்ப்பதற்கும் கேட்பதற்கும் கண்களையே பயன்படுத்துகிறது பாம்பு. இவற்றைப் போன்றதே இச்செயலும்.

* * * *

41. பகவான்! சில மாதங்களாக நான் உங்கள் சந்நிதியில் தியானம் செய்கிறேன். இப்பொழுது என்னைப் பயம் சூழ்ந்துள்ளது. ஏன்?

பதில்: பயத்தை அனுபவிப்பது அகந்தை. அது தன் பிடியைச் சிறிது சிறிதாக இழக்கிறது என்ற நினைப்பே இதற்குக் காரணம். அது இறந்து கொண்டிருக்கிறது. அதற்காக வருந்தலாம். கேளுங்கள். பயம் யாருக்கு? உடம்போடு ஆத்மாவைச் சார்த்திப் பார்ப்பதே இதற்குக் காரணம். இந்த எண்ணத்திலிருந்து தொடர்ந்து

திரும்பத் திரும்ப விடுபட்டால், நமதியல்பு வழக்கமாகும். பின் பயம் தானே மறைந்து விடும்.

* * * *

42. உருவம் உள்ள மனம் எது? உருவம் இல்லாத மனம் எது?

பதில்: தூய மனத்திற்கு 'மன ஆகாசம்' என்று பெயர். எல்லா மக்களுக்கும் தூங்கி எழுந்ததும் உடனே ஒரு விழிப்புணர்வு உண்டாகிறது. அது உருவமற்ற மனம். 'நான் இந்த உடம்பு', 'இது உலகம்' போன்ற எண்ணங்கள் அதன் பின்னரே உதிக்கின்றன. இது உருவமுள்ள மனம். திரையரங்கில் ஒளி முதலில் தோன்றுகிறது. பின் உருவங்கள் திரையில் தெரிகின்றன. அதுபோல ஆத்மஒளி முதலில் வருகிறது. பின் நிகழ்வன எல்லாம் அதில்தான் தோன்றுகின்றன.

* * * *

43. நீங்கள் சொல்வது — ஆத்மா மனத்திற்கு அப்பாற்பட்டது, மனத்தால் பிரம்மத்தை

அறிய முடியாது, அது மனத்திற்கும்
வாக்கிற்கும் அப்பாற்பட்டது - என்ற
வாக்கியங்களோடு முரண்படுவதுபோல்
தோன்றுகிறதே?

பதில்: அதனால்தான் அவை, மனம் இரு
வகைப்படும் - உயர்வான தூயமனம், தாழ்வான
அசுத்த மனம் - என்று கூறுகின்றன. அசுத்த மனம்
அதை அறியாது. சுத்தமனம் அதனை அறியும். சுத்த
மனம், அளக்க முடியாத ஆத்மாவாம் பிரம்மத்தை
அளக்கிறது என்பது பொருளன்று. ஆத்மா தூய
மனத்தில் தன்னை அறியும்படி செய்கிறது என்பதே
பொருள். அதனால் நாம் எண்ணங்களின்
மத்தியில் இருந்தாலும், அதனை உணர முடியும்.
ஆழ்ந்த ஆத்மாவோடு இருக்கிறோம் என்ற
உண்மையை அப்போதும் உணர்கிறோம்.
எண்ண அலைகள் புறநிலையில் மட்டுமே உள்ளன
என்பதும் அறியப்படும்.

* * * *

44. எனவே, 'மனோ நாசம்', 'அகங்கார நாசம்' என்று தாங்கள் கூறுவது இறுதியான அழிவன்று என்பது பொருளா?

பதில்: ஆம். மனம் அசுத்தங்களிலிருந்து நீங்கி, ஆத்மாவாம் உண்மையைப் பிரதிபலிக்கும் அளவிற்குத் தூய்மை பெறுகிறது. அகந்தை அழுத்தமாகச் செயல்படும்போது நாசம் சாத்தியமற்றதாகிறது.

* * * *

45. நீங்கள் தெளிவுபடுத்தும்போதும், சந்தேகங்கள் மீண்டும் வருகின்றனவே?

பதில்: சந்தேகம் என்பது ஒருபோதும் முடியாது. ஒரு சந்தேகம் நீங்கினால் இன்னொரு சந்தேகம் அதன் இடத்தைப் பிடித்துக் கொள்கிறது. மரத்தின் இலைகளை ஒவ்வொன்றாக அகற்றுவது போன்றது இச்செய்கை. எல்லா இலைகளையும் அகற்றினாலும் புதிய இலைகள் முளைக்கும். மரத்தையே வேரோடு சாய்க்க வேண்டும். அதுதான் சரி.

* * * *

46. என் ஆன்மிகப் பயிற்சிகளில் ஏன் முன்னேற்றமே இல்லை?

பதில்: ஞானம் வந்துவிட்டது அல்லது வாசனைகள் மறையவில்லை என்று ஏன் வருத்தப்படுகிறீர்கள்? எண்ணங்களுக்கு இடம் கொடுக்காதீர்கள்.

* * * *

47. உண்மையை உணர்வதற்கான வழி யாது? தயை கூர்ந்து கூறுங்கள்.

பதில்: உள்ளது நாற்பது உண்மையைப் பற்றி விளக்கிக் கூறுகிறது. அதில் உள்ள ஒவ்வொரு பாடலையும் படியுங்கள். போகப் போக, பாடலில் உள்ள வார்த்தைகள் மறைந்து, பாம்பு சட்டையை உரித்துக் கொண்டு வெளிப்படுவதைப் போல, தானே ஒளிவிடும். இதுவே சாதனை.

* * * *

48. உங்கள் சன்னிதியில், உங்களிடமிருந்து சக்தியைப் பெற, நாங்கள் என்ன மனநிலையில் இருக்க வேண்டும்?

பதில்: மனத்தைச் சும்மா இருக்கச் செய்யுங்கள். அது போதும். அப்பொழுது இந்த ஹாலில் உங்களுக்கு ஆன்மிக உதவி கிடைக்கும். எல்லாப் பயிற்சிகளின் நோக்கமும் அவற்றை விடுவதே. மனம் அசையாது நிற்கும்போது, ஆன்மசக்தி அனுபவப்படும். ஆன்மிக அலைகள் எல்லா விடத்தும் பரவி நிற்பன. மனம் சாந்தி யடையும்போது ஆன்மிக அலைகளை அனுபவிக்க ஆரம்பிக்கலாம்.

* * * *

49. உங்கள் முகத்தை உற்று நோக்குவதா? அல்லது உங்கள் கண்களை உற்று நோக்குவதா? எனக்கு எது சரி? அல்லது கண்களை மூடிக்கொண்டு மனத்தை ஒரு பொருள் மீது ஒருமுகப்படுத்தலாமா?

பதில்: உங்கள் உண்மை இயல்பை உற்று நோக்குங்கள். கண்கள் திறந்திருப்பதா, இல்லையா என்பது முக்கியம் இல்லை. எல்லாவிடத்தும்

இருப்பது ஒன்றே. எனவே கண்களைத் திறப்பினும்
 மூடினும் எல்லாம் ஒன்றே. தியானம் செய்ய
 விரும்பினால், உள்ளிருக்கும் 'நான்' மீது
 தியானியுங்கள். அதுவே ஆத்மா. அதற்குக்
 கண்ணில்லை. எனவே கண்கள் திறந்திருக்கவோ,
 மூடியிருக்கவோ தேவையில்லை. ஆத்ம ஞானம்
 அடைந்ததும், இனியும் உலகைப் பற்றிய
 எண்ணங்களே இருக்காது. அந்த உண்மை
 நிலையில் நின்றால், கண்கள் திறந்திருந்தாலும்,
 மூடி இருந்தாலும் எல்லாம் ஒன்றே. வெளியில்
 நடக்கும் செயல்கள் பற்றிச் சிறிதும் கவலையில்லை.

* * * *

50. தர்ப்பைப் பாயின் மீது ஒரு குறிப்பிட்ட
 ஆசனத்தில் அமர வேண்டுமா?

பதில்: ஆத்மாவில் நிலைத்து நின்றலே
 உண்மையான ஆசனம். அதில் தொடர்ந்து
 நிலைத்திருங்கள். ஆத்மா எந்த ஆசனத்தில்
 அமரும்? ஆசனம் இல்லாமல் ஆத்ம ஞானம்

இல்லை என்பது தவறு. ஆத்மாவிற்கு அவை தேவையில்லை. கட்டாயம் ஓர் ஆசனத்தில் அமர வேண்டும் என்கிறபோது மனம் வேகமாகச் செயல்படும்.

* * * *

51. தியானிக்கும்போது எழும் சோர்வு, பயம், கவலை ஆகியவற்றை எவ்வாறு நீக்குவது?

பதில்: இக்கேள்விகள் யாருக்கு எழுகின்றன? கண்டுபிடியுங்கள். இவ்வாறு விசாரித்தால் இவை மறந்து போகும். இவை அநித்தியமானவை. இவற்றில் கவனம் செலுத்த வேண்டாம். இரட்டை பற்றிய அறிவு எழும்போது, பயம் தோன்றுகிறது. நம்மிலிருந்து வேறாக ஒருவர் இருக்கிறார் என்று நினைக்கும்போதுதான் பயம் எழும். ஆத்மாவை நோக்கி மனத்தைச் செலுத்தினால், பயமும் கவலையும் நீங்கிவிடும். இந்த நிலையில், மனம் கொந்தளிக்கும்போது, ஒருவகைப் பயத்தை நீக்கினால், மற்றொரு வகைப் பயம் பிடித்துக் கொள்ளும். இவ்வாறு இதற்கு ஒரு முடிவே

இல்லை. ம்ரத்தின் இலைகளை ஒவ்வொன்றாகப்
பிடுங்குவது என்பது கடினமான காரியம். 'நான்'
என்பதே எல்லா எண்ணங்களுக்கும் வேர்.
வேரைப் பிடுங்கிவிட்டால் இலைகளும்,
கிளைகளும் தாமே உதிர்ந்து போகும். கெட்ட
பழக்கங்களை ஏற்படுத்திக் கொண்டு, அதற்காக
மருந்து சாப்பிடுவதைக் காட்டிலும், அந்தக் கெட்ட
பழக்கங்களை பழகிக் கொள்ளவே வேண்டாமே.

* * * *

52. தியானிப்பது எப்படி?

பதில்: ஆத்மாவைப் பற்றிய விழிப்புணர்வே
உண்மைத் தியானம். தேர்ந்தெடுத்தல்,
தீர்மானித்தல் ஆகிய வழக்கத்தை மனம்
விடும்போது மனம் தனதியல்பை நோக்கி
உள்திரும்புகிறது. அப்பொழுது அது தன்
அடிப்படை நிலையை அடைகிறது. அகந்தை
வலிமை பெறும்போது, இந்நிலையில் நுழைவது
என்பது நடைபெறுவதில்லை.

* * * *

53. தியானிக்கும் போது தூக்கம் வராமலிருக்க
என்ன செய்ய வேண்டும்?

பதில்: தியானிப்பவர் அதிகம் வேலை செய்யக்
கூடாது, அதிகம் சாப்பிடக் கூடாது. அதிகம்
சாப்பிடச் சாப்பிட, மனநிலை தாழ்ந்து போகும்.
வயிறு காலியாக இருக்கும்போது, ஆன்மிக
முன்னேற்றம் ஏற்படும். வீணையின் தந்தியை
அளவுக்கு அதிகம் முறுக்கவும் கூடாது, மிகவும்
குறைவாகவும் முறுக்கக் கூடாது, அளவாகவே
முறுக்க வேண்டும். உடம்பும் அவ்வாறே.

தூக்கமும் அவ்வாறே. இரவில் மூன்றில் ஒரு
பங்கு தூங்கலாம். இரவு 10 மணிக்குப் படுக்கச்
சென்று நள்ளிரவு 2 மணிக்கு எழுந்திருக்க
வேண்டும். பகலில் தூங்கக் கூடாது. இன்னொரு
முறையும் இருக்கிறது. விழிப்பு வந்ததும்
எழுந்திருக்க வேண்டும், தூக்கம் வரும்போது
தூங்க வேண்டும் என்பதே அது. ஆனால், 'நான்
தூங்கினேன்', 'நான் எழுந்திருந்தேன்', என்று
நினைக்கக் கூடாது.

54. தியானத்தின்போது எனக்கு ஏன் தூக்கம் வருகிறது?

பதில்: சாதனையின்போது விழிப்புத் தேவை. முடிந்தவரை தூங்காது இருக்க வேண்டும். ஆனால் தூக்கம் நம்மை அயர்த்தும்போது பரவாயில்லை. விழித்தவுடன் தியான ஓட்டத்தைப் பற்றித் தொடர வேண்டும். அப்போது தூக்கம் தடையாகத் தெரியாது.

* * * *

55. புருவ மத்தியில் கவனத்தைச் செலுத்த வேண்டும் என்று சாத்திரங்கள் சொல்கின்றனவே. இது சரியா?

பதில்: 'நான் இருக்கிறேன்' என்ற உணர்வு எல்லோருக்கும் புலப்படுவது. இதைப் புறக்கணித்து விட்டு ஒரு குறிப்பிட்ட கடவுளைப் பார்ப்பதால் என்ன சுகம் கிட்டும்? புருவ மத்தி போன்ற இடங்களில் மட்டுமே கடவுள் இருக்கிறார் என்று நினைப்பதுபோல

முட்டாள்தனம் வேறு இல்லை. இது போன்ற இடங்களில் கருத்தை வைப்பது என்பது பலவந்தமான சாதனை. சாதனையின் நோக்கமே மனம் சிதறி ஓடுவதைத் தடுப்பதுதான். 'நான் யார்?' என்று விசாரிப்பது மனத்தை அடக்க மிக எளிமையான வழி.

* * * *

56. மனத்தின் அடிப்பகுதி, நாசி நுனி, புருவ மத்தி போன்றவற்றில் தியானிக்க எண்ணம் ஏற்படுகிறது. இது பற்றிப் பகவான் என்ன நினைக்கிறீர்கள்?

பதில்: இதய மையம் இருக்கும்போது, அதற்கு நேரடியாகச் செல்லாமல், பிற மையங்களுக்குச் செல்லுவதேன்? சென்னையிலிருந்து திருவண்ணாமலை செல்ல, காசிக்குச் சென்று அங்கிருந்து திரும்பி வரவேண்டுமா? அல்லது ராமேஸ்வரம் சென்று அங்கிருந்து இங்கு வரவேண்டுமா? நேரடியாக இங்கு வந்தால் என்ன?

* * * *

57. சிலர் புருவமத்தியில் தியானிக்கச் சொல்கிறார்கள். இது சரியா?

பதில்: தேவை மனஉறுதியே. எல்லாவற்றுக்கும் மூலம் இதயமே. மனம் இதில் கலக்க வேண்டும். 'நான்' என்பதன் மூலத்தைக் கவனித்தலே ஒருபோதும் விடக்கூடாது. இடைவிடாத முயற்சி தேவை. பயிற்சி அதிகம் செய்யச்செய்ய, சரியான காலத்தில் பயன் தந்து அதுவே இயல்பாகி விடும்.

* * * *

58. பல ஆண்டுகளாக நான் இங்கிருக்கிறேன். மற்றவர் தியானித்துச் சமாதி அனுபவம் பெறுகின்றனர். நான் ஒரு நிமிடம் கண்களை மூடினால் மனம் 10 முறை உலகைச் சுற்றி வருகிறது. நீண்ட காலம் மறந்தவை எல்லாம் நினைவிற்கு வருகின்றன.

பதில்: மற்றவர்களைப் பற்றி நீங்கள் ஏன் கவலைப்படுகிறீர்கள்? அவர்கள் தியானிக்கட்டும், தூங்கட்டும் அல்லது குறட்டை விடட்டும்.

உங்களைக் கவனியுங்கள். மனம் வழி தவறும்போது அதை மீண்டும் இழுத்து வாருங்கள். பகவத் கீதையில் ஒரு சுலோகம், “மனம் எவ்வகையில் அலைபாய்ந்தாலும் அதை மீண்டும் ஆத்மாவை நோக்கிச் செலுத்த வேண்டும்,” என்று கூறுகிறது. தூக்கத்தில் எழுப்பித் தாய் பால் கொடுத்ததை அறியாமல், அக்குழந்தை மறுநாள், “அம்மா நேற்று இரவு நீ எனக்குப் பால் தரவில்லையே” என்கிறது. தான் பால் குடித்தது அதற்கு நினைவில்லை. அதுபோல நீங்கள் அறியாமலேயே உங்களுக்குத் தேவையானது கிடைத்து விட்டது.

* * * *

59. தியானத்தின் போது மனம் ஒன்றினை நோக்கிக் குவிய மறுக்கிறது. தியானிக்கும் பொருளில் நிற்காமல் பலவகைகளில் சிதறி ஓடுகிறது. ஏன் அப்படி? இந்த நிலையிலிருந்து விடுபட்டு மனம் எவ்வாறு தனது எண்ணமில்லா நிலையை அடையும்?

பதில்: மனம் அனாத்ம வஸ்துக்களோடு
கொண்ட தொடர்பு காரணமாகத் தியானத்தின்
போது அலைந்து திரிகிறது. ஆகவே அதை
அனாத்ம வஸ்துக்களிலிருந்து விலக்கி, ஆத்ம
விசாரத்தில் நிலைக்கச் செய்ய வேண்டும்.
'விசாரிப்பது யார்?' என்ற கேள்வியின் மீது
முழு மனத்தையும் செலுத்தினால் அந்நிய
எண்ணங்கள் எல்லாம் தாமே நீங்கிவிடும்.

* * * *

60. பயிற்சியில் ஸ்திரத்தன்மை பெறுவது
எப்படி?

பதில்: மேலும் பயிற்சி செய்யுங்கள். ஸ்திரத்
தன்மை தானே அமையும்.

* * * *

61. இப்பொழுது என்னிடம் போதுமான அளவு
பக்தி, அடக்கம், சரணாகதி ஆகியவை
இருக்கின்றனவா? இல்லையேல், அவற்றை
எவ்வாறு முழுமை பெறச் செய்வது?

பதில்: நீங்கள் ஒழுங்கும், முழுமையும் (பூர்ணம்) உடையவர்தான். ஆகவே முழுமையிலே என்ற எண்ணத்தை விடுங்கள். அழிக்க வேண்டியது ஒன்றும் இல்லை. அகந்தை என்பது உண்மையன்று. முயற்சி செய்வது மனமே. அது உண்மையிலே. கயிற்றினைப் பாம்பு என்று கற்பனை செய்து கொண்டு, கயிற்றினைச் சொல்ல வேண்டியதில்லை. அவ்வாறே மனத்தையும் கொல்லத் தேவையில்லை. 'மனத்தின் வடிவை மறவாது உசாவ, மனம் என்று ஒன்றில்லை.' எப்பொழுதும் இல்லாத ஒன்று ஏற்கெனவே அகற்றப்பட்டு விட்டது.

* * * *

62. ஸ்வாத்தியாயத்திற்கு எந்த நூல்களை நான் படிக்க வேண்டும்?

பதில்: ஆத்மாவே உண்மையான புத்தகம். அந்த நூலில் எங்கும் படிக்கலாம். அதை உங்களிடமிருந்து யாரும் பிடுங்க முடியாது.

ஓய்வாக இருக்கும்போது ஆத்மாவை நோக்கித் திரும்புங்கள். பின் எதை வேண்டுமானாலும் நீங்கள் படிக்கலாம்.

* * * *

63. தியானம் உறுதிப்படுவது எவ்வாறு?

பதில்: தியானம் என்பது யாது? எண்ணங்களை அகற்றுவதே தியானம். எல்லாக் கஷ்டங்களுக்கும் எண்ணங்களே காரணம். எண்ணங்களை விடுங்கள். அதுவே ஆனந்தம். அதுவே தியானம்.

நினைவுகள் எல்லாம் நினைப்பவனுக்கே. ஆத்மாவாகவே இருங்கள். எண்ணங்கள் முடிந்து போகும்.

* * * *

64. நான் என்ன நீரின் மேலுள்ள நுரையா (அலையா)?

பதில்: பொய்யிலிருந்து நீங்கி உங்கள் உண்மைச் சொரூபத்தை (இயல்பை) அறியுங்கள்.

பின் எந்தச் சந்தேகமும் எழாது. நமதியல்பு பொய் என்று நினைப்பதால் கவலை உண்டாகிறது. இது தவறான கற்பனை. உங்கள் இயல்பு சத்தியமே (உண்மையே) என்பதை ஒத்துக் கொள்ளுங்கள். நுரையாக இருக்காதீர்கள். தண்ணீராகவே இருங்கள். உங்கள் இயல்பு தண்ணீரே தவிர, அதன் மேல் எழும் நுரையன்று. உள்ளே மூழ்குவதால் இது அனுபவமாகும்.

* * * *

3. ஆன்மிக இதயம்

65. உணர்வின் இருப்பிடம் இதயமே என்று பகவான் கூறுகிறீர்கள். அதுவே ஆத்மா என்கிறீர்கள். உண்மையில் இதயம் என்பது எதைக் குறிக்கிறது?

பதில்: உணர்வின் மூலத்தை அறிய நீங்கள் ஆர்வம் காட்டுவதால், இதயத்தைப் பற்றிய கேள்வி எழுகிறது. ஆழமாகச் சிந்திக்கும் எல்லா

மனத்திற்கும் 'நான்' என்பதைப் பற்றிய விசாரிப்பு தீராத ஈர்ப்பைத் தரும்.

கடவுள், ஆத்மா, இதயம், உணர்வின் இருப்பிடம் என்று எந்தப் பெயரிட்டு அழைத்தாலும், எல்லாம் ஒன்றுதான். கிரகிக்க வேண்டிய விஷயம் இதுவே. நமதிருப்பின் முழுமை, மையம் எதுவோ அதுவே இதயம். அது இல்லாமல் எதுவும் இல்லை.

* * * *

66. ஆனால் தூல உடம்பில் இதயத்திற்கு எனக் குறிப்பிட்ட இடத்தைத் தாங்கள் வரையறுக்கிறீர்கள் - மார்பின் நடுப் பகுதியில் 'இரு விரல் வலத்தே இருப்பது இதயம்' என்கிறீர்கள்.

பதில்: ஆம். ஞானிகள் கூறியபடி ஆன்மிக அனுபவத்தின் மையம் அதுவே. ரத்தத்தைச் சுத்திகரிக்கும் தூல இதயத்திலிருந்து வேறுபட்டது அவ்விதயம். அது உடம்பின் ஒரு பகுதி அன்று.

நமதிருப்பின் முழுமையே அது. அதுவே நாம். நனவு, கனவு, தூக்கம், வேலை, சமாதி ஆகிய எல்லா நிலைகளிலும் நாம் அதுவாகவே இருக்கிறோம். 'ஹ்ருதயம்' என்ற சொல்லின் பொருள், 'அது நம் இயல்பு' என்பதே.

* * * *

67. அப்படியானால், உடம்பின் ஒரு பகுதியாக அதை எவ்வாறு கூறலாம்? காலமும், இடமும் கடந்த ஒன்றை உடம்பிற்குள் எல்லைப் படுத்தலாமா?

பதில்: சரி, இதயத்தைப் பற்றிக் கேள்வி கேட்பவர், தான் உடம்பினுள் இருப்பதாக நினைத்துக் கொள்கிறார். இந்தக் கேள்வியைக் கேட்கும்போது, உங்கள் உடம்பு மட்டுமே இங்கேயும், நீங்கள் வேறு எங்கிருந்தோ பேசுவதாகவும் சொல்லுவீர்களா? இல்லை. உங்கள் உடம்பு இருக்கிறது என்பதை நீங்கள் ஒப்புக் கொள்கிறீர்கள். இந்த அடிப்படையிலேயே தூல

உடம்போடு தொடர்புடையதாக இதயம்
கூறப்படுகிறது.

* * * *

68. 'நான்' என்பதன் உண்மைப் பொருள்
இதயத்தில்தான் இருக்கிறது என்று
அடிக்கடி கூறுகிறீர்கள். அதற்கு என்ன
பொருள்?

பதில்: ஆம், உள்ளே ஆழ்ந்து செல்லும்போது
நம்மை நாம் இழக்கிறோம். அப்பொழுது
இதுகாறும் நம்முடன் இருந்த உண்மை நம்மைப்
பிடித்துக் கொள்கிறது. உணர்வின் திடீர்
மின்னல்-செயல் இது. இதனை நாம் உணரலாம்,
கேட்கலாம், முகரலாம். இதைத்தான் நான்,
"நான்-நான்" என்கிறேன்.

* * * *

69. ஆத்மா அளக்க முடியாதது, ஒளி
மயமானது... என்றெல்லாம் கூறினீர்கள்.
ஆனால் நான்-உணர்வு திடீரென்று

ஒளிவிடும் என்கிறீர்கள். இதனால் இயக்கம் உண்டு என்றாகிறதே, அப்பொழுது இது முழுமையான ஞானோதயம் ஆகாதே. இயக்கம் இருந்தால் எப்படி அது முழுமை பெறும்?

பதில்: முழுமையான ஞானோதயம் என்பது என்ன? கல் அல்லது ஜடப்பொருள் ஆதல் என்பதா பொருள்? 'நான்' என்பதும், 'நான்' என்ற எண்ணமும் வேறுவேறானவை. பின்னது அகந்தையின் செயல்பாடு முன்னது ஆத்மாவின் இயல்பு. பின்னது இழந்து முன்னது தோன்றும்.

* * * *

70. இந்த உடம்பு எப்படிப்பட்டது? இதை உடம்பில் எவ்வாறு உணர்வது?

பதில்: இருக்கும் ஒன்றோடு நாம் ஒன்றி யிருப்பதை நன்கு உணரலாம். பின் உடல் முழுதும் வெறும் சக்தியாகும். பெரிய காந்தத்தை நோக்கி இழுக்கப்பட்ட ஊசியாகி விடும்

வாழ்க்கை. நமக்குள் ஆழ்ந்து செல்லச் செல்ல நாம் வெறும் மையமாகி விடுவோம். அதுகூட இல்லை, வெறும் உணர்வாகி விடுவோம்.

* * * *

71. பின், “நீ உன்னை அறி” என்று நீங்கள் சொல்வது, அகந்தை - ஆத்மாவை அறிவதையா?

பதில்: அகந்தை தன்னை அறிய ஆரம்பித்த கணமே, தனது குணத்தை மாற்றிக் கொள்ளும். இதுவரை தான் மூழ்கியிருக்கும் ஜடத்தில் இனிக் குறைவாகவே பங்கு கொள்ளும், ஆத்ம உணர்வில் அதிகம் பங்கேற்கும்.

ஆம், ஆத்மாவே ஒப்புயவர்வற்ற மையம். அதில் சந்தேகமே வேண்டாம். அகந்தையின் பின்புலத்தில் உள்ள ஆத்மா இதயத்தில் உள்ளது.

* * * *

72. அது உடம்பில் எங்கிருக்கிறது? தயை கூர்ந்து சொல்லுங்களேன்.

பதில்: மனத்தால் அதனை அறிய முடியாது.

கற்பனையாலும் உணர முடியாது. அது இங்கிருக்கிறது (மார்பின் வலப்பகுதியைத் தொடுகிறார்). அதை உணர ஒரே நேர்வழி, கற்பனையை விட்டுவிட்டு நீ நியாக இருப்பதுதான். பின் அது இங்கிருக்கிறது என்பது தானாகவே தெரியும். இதுவே இதய மையம். சாத்திரங்கள் குறிப்பிடும் இதய குகை என்பதும், உள்ளம் என்பதும் இதுவே.

* * * *

4. சமாதி

73. பின் சமாதி என்பது எது?

பதில்: யோக மார்க்கம் குறிப்பிடும் சமாதி என்பது ஒருவகை நிலை. சமாதியில் பலவகை உண்டு. ஆனால் நான் குறிப்பிடும் சமாதி என்பது வேறு. அது சஹஜ சமாதி

இங்கு சமாதானம் (அமைதி) உண்டு. செயல் புரியும்போது அது இருக்கும். ஆழ்ந்த ஆத்மாவால் நாம் செயல்படுகிறோம் என்பது

உணர்வாகிறது. கவலையில்லை, இனி பொறுப்பில்லை, நமக்கு உரிமையானது ஒன்றும் இல்லை என்பதை உணர்கிறோம். நம்மோடு இணைந்த ஒன்று எல்லாவற்றையும் செய்கிறது.

* * * *

74. இதுதான் நாம் விரும்ப வேண்டிய சஹஜ சமாதி என்றால், நிர்விகல்ப சமாதி என்பதற்குத் தேவையே இல்லையா?

பதில்: ராஜயோகம் குறிப்பிடும் நிர்விகல்ப சமாதிக்குப் பயன் இருக்கலாம். ஆனால் ஞானமார்க்கத்தில் இந்த சஹஜ ஸ்திதியே நிர்விகல்ப நிலை. இந்நிலையில் மனம் சந்தேகங்களிலிருந்து விடுதலை பெறுகிறது. இரட்டைகள், மாற்று ஆகியவற்றின் இடையே அது மாறி மாறி ஊசலாடத் தேவையில்லை. மனத்தில் எந்தவித விகல்பமும் இருக்காது.

* * * *

75. சமாதி என்பது, "எதைப் பற்றியும் விழிப்புணர்வு" அற்ற நிலையா?

பதில்: இல்லை. நம் முயற்சி இல்லாமலேயே தியானம் தொடர்ந்து செல்லும். அதுவே சமாதி.

* * * *

76. பின் ஸஹஜ சமாதி என்பது எது?

பதில்: அந்நிலையில் தியானம் தொடர்ந்து செல்லும். 'நான் தியானிக்கிறேன்' அல்லது 'நான் தியானிக்கவில்லை' என்ற எண்ணம் அப்பொழுது எழாது.

* * * *

77. தியானத்தில் நான், 'எங்கும் பரந்த வெற்றிடத்தை' உணர்கிறேன். இது நல்லதா?

பதில்: தியானிப்பவர் தன்னைப் பற்றிய விழிப்புணர்வோடு தியானித்தல் நல்லது.

* * * *

78. சஹஜ சமாதியைத் தொடக்கத்திலிருந்தே அப்யஸிக்கலாமா?

பதில்: ஆம்.

* * * *

79. நிர்விகல்ப சமாதியைப் பயில்வது எப்படி?
சமாதிகளின் வகைகள் யாவை?

பதில்: சமாதி ஒன்றே. பல இல்லை. எண்ண
மில்லாமல் தற்காலிகமாக உண்மையில்
ஒடுங்கியிருத்தல் நிர்விகல்ப சமாதி. ஆத்மாவை
மறக்காமல் நிரந்தரமாக ஆத்மாவிலேயே
வசித்தல் சஹஜ ஸமாதி.

* * * *

5. ஞானி

80. கடவுள் எல்லாவிடங்களிலும் நீக்கமற
நிறைந்திருக்கிறார். அவர் ஏன் அவதாரம்
எடுக்க வேண்டும்? எல்லாவிடத்தும்
நிறைந்தவாறே தன் தொழிலைச் செய்ய
முடியாதா?

பதில்: ஈசுவரன் ஆணையால் அதிகார புருஷர்கள்
தங்கள் பக்தர்களோடு பூமியில் பிறக்கிறார்கள்.
நிஷ்காம்ய புண்யம் செய்தவர்க்கு அருள் தரவே

அவதாரங்கள். வேலை முடிந்ததும் இந்த அவதார புருஷர்கள் மீண்டும் தங்கள் முந்தைய இடத்திற்குச் செல்கின்றனர். அவதார புருஷர்களுக்குப் பல உடம்பு வந்தாலும், ஆதமானுபவம் ஒன்றே. அது மாறுவதே இல்லை. வாழ்வில் நமக்குப் பல்வேறு நிலைகள் ஏற்படுகின்றன - இளமை, நடுவயது, முதுமை - என்ற இந்த நிலைகளில் எல்லாம் நாம் ஒரு புருஷனே என்ற எண்ணம் மட்டும் மாறுவதில்லை. இவ்வாறு பல பிறவிகள் எடுத்தாலும் அவதார புருஷர்கள் தாம் ஒருவரே என்பதை அறிவர். அவர்களுக்கு இவை எல்லாம் ஒரே இரவில் 10 விதமான கனவு காண்பதைப் போல.

நம்மை நாம் அறிந்தால் இத்தகைய கேள்விகள் எழா. நம்மைப் பற்றிய உண்மையை அறியாமல், மற்றவர் உபதேசங்களைப் புரிந்து கொள்ள நினைப்பது என்பது வீண்.

* * * *

81. ஈஸ்வரனுக்கும் ஜீவன் முக்தனுக்கும்
இடையே உள்ள வேறுபாடு என்ன?

பதில்: ஞானியும் ஈஸ்வரனும் ஒன்றே. ஞானியின்
செயலும் ஈஸ்வரனின் செயலும் ஒன்று போலவே
இருக்கும், வேறுபாடில்லை.

* * * *

82. ஞானி சுறுசுறுப்பாக மக்கள் காரியங்களைக்
கவனிப்பார் என்றீர்கள். இப்பொழுது
எனக்கு அதுபற்றிச் சந்தேகமே இல்லை.
ஆனால் அதே சமயம் அவருக்கு எந்த
வேறுபாடும் இல்லை, எல்லாமே அவருக்கு
ஒன்றுதான், அவன் எப்போதும் உணர்
விலேயே இருக்கிறான்.... என்கிறீர்கள்.
அப்படியானால் மக்களிடையே உள்ள
வேறுபாடுகளை எவ்வாறு ஞானி
சமாளிக்கிறார்?

பதில்: இந்த வேறுபாடுகளை ஞானி வெறும்
தோற்றமாகவே காண்கிறான். தாம் ஒன்றுபட்ட

உண்மையிலிருந்து வேறாக அவன் எதையும் காண்பதில்லை.

* * * *

83. ஞானியின் வார்த்தைகள் மிகவும் துல்லியமாக இருக்கின்றன. வேறுபாடுகளை அவன் சாதாரண மனிதனை விட நன்றாகவே பாராட்டுகிறான், இல்லையா? எனக்குச் சர்க்கரை இனிக்கிறது, வேம்பு கசக்கிறது. ஞானிக்கும் அப்படித்தான் போலிருக்கிறது. உண்மையில் எல்லா வடிவங்களும், ஒலிகளும், சுவைகளும் மற்றவர்களுக்கு எப்படியோ அப்படித்தான் ஞானிக்கும். அப்படியிருக்க இவையெல்லாம் வெறும் தோற்றம் என்று எப்படிக் சொல்ல முடியும்? அவை ஞானியின் வாழ்க்கை அனுபவத்தில் பங்கு பெறுவதில்லையா?

பதில்: சமத்துவம் என்பது வேறுபாடுகளை உள்ளடக்கியது என்று நான் கூறியிருக்கிறேன். எல்லா வேற்றுமைகளிலும் ஞானி ஒற்றுமையைக்

காண்கிறான். இதை நான் சமத்துவம் என்கிறேன். வேறுபாடுகளை அறியாமை என்பது சமத்துவத்தின் பொருளன்று. ஞானம் வந்தபின், இந்த வேறுபாடுகள் எல்லாம் சாதாரணமானவை, நித்தியமன்று என்பதும், இந்தத் தோற்றங்களில் எல்லாம் முக்கியமானது ஓர் உண்மையே என்பதைக் காண முடியும். இதையே நான் ஒற்றுமை என்கிறேன். சுவை, ஒளி, ஊறு, ஓசை, நாற்றம் என்பவை பற்றிக் குறிப்பிட்டீர்கள். உண்மைதான். இந்த வேறுபாடுகளை எல்லாம் ஞானி பார்த்தாலும், அவற்றில் உள்ள ஒரே உண்மையைத்தான் அவன் காண்கிறான். எனவேதான் அவனுக்கு என்று தனிவிருப்பம் ஏதும் இல்லை. நடந்தாலும், பேசினாலும், எதைச் செய்தாலும், அவன் அவற்றை ஒரே உண்மைக்குள்ள்தான் செய்கிறான். உயர்ந்த உண்மையிலிருந்து வேறாக அவனுக்கு எதுவும் இல்லை.

* * * *

84. செயலில் அத்துவிதத்தைக் காட்டக் கூடாது என்று பகவான் எழுதியிருக்கிறீர்கள். ஏன்? எல்லாம் ஒன்றுதான். பின் ஏன் வேறுபாடு?

பதில்: ஒருவன் ஒரு பெண்ணைக் கெடுப்பதைப் பார்த்தால், 'எல்லாம் ஒன்றே' என்று நீங்கள் சும்மா இருப்பீர்களா? இது பற்றிச் சாத்திரத்தில் ஒரு கதை உண்டு.

கீதையில் கூறியபடி ஞானி என்பவன் எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகவே காண்கிறான் என்பது உண்மைதானா என்று சோதித்து அறியச் சிலர் ஒன்று சேர்ந்தனர். ஒரு பிராமணன், பசு, யானை, நாய் ஆகியவற்றை அழைத்துக் கொண்டு ஞானியான ஜனகரின் அரண்மனைக்குச் சென்றனர்.

ஜனகர் பிராமணனை பிராமணர்
இருப்பிடத்திற்கு அனுப்பினார். பசுவைப்
பசுக்கொட்டிலுக்கு அனுப்பினார், யானையை
அதற்குரிய இடத்திற்கு அனுப்பினார், நாயை

அவ்வாறே அனுப்பினார். பணியாளர்களை நோக்கி, வந்த விருந்தினர்களை நன்கு கவனிக்கச் சொன்னார். “ஏன் இவர்களைப் பிரித்து வைத்தீர்கள். எல்லாமே உங்களுக்கு ஒன்று, இல்லையா?” என்று மக்கள் கேட்டனர்.

“ஆம், எல்லாம் ஒன்றுதான். ஆனால் ஆத்ம திருப்தி என்பது மனிதனுக்கு மனிதன் வேறுபடுகிறது. பசு உண்ணும் வைக்கோலை மனிதன் உண்பானா? மனிதன் சாப்பிடும் உணவைப் பசு உண்ணுமா? ஒவ்வொருவருக்கும் எது திருப்தி தருமோ, அதைத்தான் தரவேண்டும். நாடகத்தில் எல்லாப் பாத்திரங்களையும் ஒருவர் ஏற்று நடிக்க முடியும் என்றாலும், அந்த நேரத்தில் அவர் ஏற்று நடிக்கும் பாத்திரத்திற்கு ஏற்ற செயல்களையே அவன் செய்ய வேண்டும். அரசனாக நடிக்கும்போது அரியணை மீது அமர்ந்து செங்கோல் புரிவான். வேலைக்காரனாக நடிக்கும்போது எஜமானர் செருப்பைத் தூக்கிக் கொண்டு அதே மனிதன் நடக்கிறான். அவன்

ஏற்று நடிக்கும் பாத்திரங்களால் அவனது உண்மை இயல்பு மாறுவதில்லை. தான் இந்தப் பாத்திரங்களை ஏற்று நடித்ததை ஞானி ஒருபோதும் மறப்பதில்லை.

* * * *

85. பின் கட்டுண்ட மனிதனுக்கும் முக்தனுக்கும் இடையே உள்ள வேறுபாடுதான் என்ன?

பதில்: ஆத்ம மையமாம் இதயத்திலிருந்து மனத்தின் மையத்திற்கு ஒரு நுட்பமான பாதை உண்டு. இதயம் பற்றி அறியாமல் சாதாரண மனிதன் மூளையில் வாழ்கிறான். ஞானியோ இதயத்திலேயே வசிக்கிறான். ஞானி செயல்புரியும்போதும், மற்றவர்களோடு பழகும் போதும், அவர்கள் தான் இதயத்தில் உணர்ந்த உண்மையாம் ஆத்மாவிலிருந்து வேறல்லர் என்பதை உணர்கிறான்.

‘சாதாரண மனிதனின் நிலை எப்படிப்பட்டது?’ அவன் தனக்கு வெளியில் எல்லாவற்றையும்

காண்கிறான். உலகிலிருந்து வேறாக, தனது ஆழ்ந்த உண்மையிலிருந்து வேறாக, தனக்கு ஆதாரமாம் உண்மையிலிருந்து வேறாக எல்லாவற்றையும் அவன் காண்கிறான். தனது இருப்பாம் பேருண்மையை உணர்ந்தவன் - உலகிற்குப் பின்னால், தனக்கு ஆதாரமாக ஒரு பேருண்மை இருப்பதை உணர்கிறான். அதுவே எல்லாவற்றிலும் இருக்கும் ஆத்மா. அதுவே நித்தியமானது, அளவிடற்கரியது.

* * * *

86. முக்தி அடைய முயல்வதே தன்னலம் மிக்கது என்றும், அதற்கு பதிலாக மக்களுக்குத் தன்னலமற்ற தொண்டு செய்வதே சிறந்தது என்றும் சிலர் சொல்கிறார்களே.

பதில்: ஞானிகள் சுயநலமிக்கவர்கள், அவர்கள் சுயநலமில்லாதவர்கள் என்பது அவர்கள் நினைப்பு. இது உண்மையன்று. ஞானி

பிரம்மானுபவத்தில் வாழ்கிறான். இந்த அனுபவத்தின் பயன் உலகெங்கும் பரவுகிறது. ரேடியோ ஒரிடத்திலிருந்து ஒலிபரப்பாகிறது. ஆனால் அதன் அலைகள் உலகெங்கும் உணரப்படுகின்றன. அதனால் பயன் பெற விரும்புவோர் அவ்வாறு செய்யலாம். அவ்வாறே ஞானியின் ஆத்மானுபவமும் எல்லா இடங்களிலும் பரவிக் கிடக்கிறது. விரும்புவோர் பயன் பெறலாம். இது மதிப்பு குறைந்த தொண்டு ஆகாது.

* * * *

87. உலகியல் செயல்களுக்கு நடுவே 'எல்லாம் பிரம்மம்' என்ற எண்ணத்தைத் தொடர்ந்து கொள்வது எப்படி?

பதில்: ஹார்மோனியம் வாசிக்கப்படும்போது ஆதார சுருதி இடைவிடாது இருக்கும். அதனோடு பிற ஸ்வரங்களும் வெளிப்படும். அந்த அடிப்படைச் சுருதியில் கவனம் வைத்தால்,

மற்ற ஸ்வரங்களைக் கேட்கும்போதும் அடிப்படை சுருதியை மறக்க முடியாது. உண்மையில் ஆதார சுருதியாம் முதல் ஸ்வரமே மற்ற ஸ்வரங்களுக்கு வலிமை தருகிறது. ஆகவே முதல் ஸ்வரமே அதிஷ்டானம் (அடிப்படைப் பீடம்). மற்ற ஸ்வரங்கள் உலகியல் செயல்பாடுகளைக் குறிக்கும். உலகியல் காரியங்கள் நடக்கும்போது அதிஷ்டான ஸ்வரத்தைப் பற்றிய விழிப்புணர்வு தொடர்ந்து இருக்குமானால், செய்யப்படும் எந்தச் செயலும் இந்த அதிஷ்டான ஸ்வரத்தின் முத்திரையோடு அமையும். சாதாரண மனிதன் முதல் ஸ்வரத்தைக் கவனிப்பதை விட்டு, மற்ற ஸ்வரங்களை மட்டுமே கேட்கிறான். ஆனால் ஞானியோ முதல் ஸ்வரத்தைக் கவனிக்கிறான். சுகதேவர் அவ்வாறு கவனித்து பிரம்மத்தைப் பற்றிய விழிப்புணர்வைத் தொடர்ந்து பெற்றார். முதல் ஸ்வரத்தில் கவனம் சரியாக வைக்கப்பட்டால், மற்ற ஸ்வரங்களின் விளைவு உணரப்படாது.

88. ஞானிக்கு எந்த அளவு தூக்கம் தேவை?

பதில்: 'தூங்கி எழுந்துவிட்டேன்' என்று நினைப்பவனுக்கே தூக்கம் தேவை. ஆனால் எப்பொழுதும் மாற்றமில்லாத் தூக்கத்தில் இருப்பவனுக்கு, வேறு தூக்கம் என்பது தேவையா? கண்ணிமைகள் சோர்வடையும்போது, கண்களைச் சிறிது நேரம் மூடிக் கொள்ள வேண்டியதுதான். நனவு, கனவு, தூக்கம் ஆகிய மூன்றும் மனத்திற்கே அன்றி உடம்புக்கு அல்ல.

* * * *

6. பொது

89. தங்களை ஒரு கேள்வி கேட்கிறேன். சுமையோடு ரயிலில் ஏறுபவன் சுமையை எங்கே வைக்கிறான்?

பதில்: ரயில் பெட்டியிலோ, சுமை வேனிலோ வைக்கிறான்.

* * * *

90. ஆகவே மடியிலோ, தலையிலோ அவன்
அதைச் சுமப்பதில்லை. இல்லையா?

பதில்: ஆம். முட்டாள் மட்டுமே அவ்வாறு
செய்வான்.

* * * *

91. அவ்வாறு தலையில் சுமப்பவன் முட்டாள்
என்றால், அதைப்போல விசார மார்க்கம்,
ஞான மார்க்கம் அல்லது பக்தி மார்க்கம் என
மார்க்கம் எதுவாயினும் அதில் செல்லும்
நாம் நம் சுமையைத் தலையில் சுமப்பது
என்பது அதைவிட ஆயிரம் மடங்கு அதிகம்
முட்டாள்தனம் கொண்டது இல்லையா?

பதில்: ஆனால் என் பொறுப்புகளையும்,
கடமைகளையும் நம்மால் தூக்கி எறிந்துவிட
முடியுமா.

* * * *

92. கோவில் கோபுரத்தைப் பாருங்கள். அதில்
பல சிலைகள் இருக்கின்றன. ஒவ்வொரு

மூலையிலும் ஒரு பெரிய சிலை. அவற்றைப் பார்த்திருக்கிறீர்களா?

பதில்: அப்பெரிய கோபுரத்தை அந்தச் சிறிய சிலைகள் தாங்குகின்றன என்பது முட்டாள்தனம். கோபுரமே சிலைகளைத் தாங்குகிறது. அதுபோல் நம் சுமைகளை இறைவனே தாங்குகிறார். நாம் தாங்குவதாகக் கற்பனை செய்கிறோம். நம் கவலைகளை அவனிடம் விட்டு விடலாம். நாம் செய்ய வேண்டியதைக் கருவியாக இருந்து உரிய நேரத்தில் செய்வோம். நம் விருப்பம் இருந்தால்தான் ஒரு செயலைச் செய்ய முடியும் என்று நினைக்காதீர்கள். விருப்பம் செய்வதற்குரிய வலிமையைத் தராது. வலிமை என்பது கடவுளுடையது.

* * * *

93. நீங்கள் எனக்கு உபதேசிப்பது
கர்மயோகத்தின் சாரம் என்று
கொள்ளலாமா?

பதில்: அது கர்மயோகம், பக்தியோகம், ஏன் ஞானயோகத்தின் சாரம் கூட. மார்க்கங்கள் ஆரம்பத்தில் வேறுபட்டாலும், இறுதியில் எல்லாம் இந்நிலைக்கே அழைத்துச் செல்வன.

* * * *

94. சத்புத்தியை தொடர்ந்து பாதுகாப்பது எப்படி?

பதில்: எல்லா உயிரினங்களும் தங்கள் சூழ்நிலையை அறியும். எனவே புத்தியை அதில் கரைக்க வேண்டும். அதே சமயம் மனித அறிவுக்கும் விலங்கு அறிவுக்கும் இடையே வேறுபாடு உண்டு. மனிதன் உலகத்தை உள்ளபடி பார்த்து அதன்படி செயல்படுவதோடு மட்டுமல்லாமல் தன்விருப்பம் பூர்த்தி பெறுவதை நாடுகிறான். தான் பார்வையைப் பரந்து செலுத்துகிறான். ஆனால் திருப்தியில்லாமல் மீள்கிறான். பின் அதுபற்றிச் சிந்தித்து அதற்கான காரணத்தை ஆய்கிறான். சுகமும், அமைதியும்

நித்தியமாக இருக்க வேண்டும் என்று விரும்புகிறான். எனவே இவையே அவன் இயல்பாம். எனவே தன் இயல்பைக் கண்டறிய முற்படுகிறான். ஆத்மாவே அவன் இயல்பாம். அதை அறிந்தால், மற்ற எல்லாம் அறியப்படும்.

இத்தகைய உள்முகத்தேடல் மனித அறிவால் அடையப்படுவது. ஏதோ ஒரு உயர்ச்சுத்திதான் செயல்படத் தேவை என்பதைப் புத்தி தனது தொடர்ந்த பயிற்சியால் அறிகிறது. புத்தியால் அந்த சக்தியை அடைய முடியாது. எனவே ஒரு நிலையில் அதன் செயல்பாடு முடிந்து விடுகிறது. அப்பொழுது அந்த உயர்ச்சுத்தி மட்டுமே தனித்து நிற்கிறது. அதுவே உண்மையை உணர்தல், ஞானோதயம் எனப்படுகிறது. அதுவே இறுதி, அதுவே இலக்கு. ஆகவே புத்தியின் நோக்கம்தான் ஓர் உயர்ச்சுத்தியைச் சார்ந்துள்ளது என்பதையும் தான் அதனை அடைய முடியாது என்பதையும் உணர்தலே.

* * * *

95. 'சத்சங்கம்' என்பது யாது?

பதில்: ஆத்ம சங்கமே சத்சங்கம். அதைப் பயில முடியாதவர்க்கே சாதுக்கள் சங்கம் தேவைப் படுகிறது.

* * * *

96. சத்குருவின் சங்கம் எப்போது கிடைக்கும்?

பதில்: கடவுள் வழிபாடு, ஜபம், தவம், புனித யாத்திரை ஆகியவற்றை முற்பிறவிகளில் செய்தவர்க்கே சத்குருவின் சங்கம் முயற்சி யின்றித் தானே கிட்டும்.

“மூர்த்திதலம் தீர்த்தம் முறையாகத் தொடங்கினோர்க்கே வார்த்தை சொல சற்குருவும் வாய்க்கும் பராபரமே” என்பது தாயுமானவர் பாடல்.

முந்தைய பிறவிகளில் நிஷ்காமிய கர்மம் நிறையச் செய்தவர்க்குக் குருவிடம் அபார நம்பிக்கை ஏற்படும். குருவின் வார்த்தையில் நம்பிக்கை வைத்தவன் அவர் சொன்ன

மார்க்கத்தைப் பின்பற்றி, இறுதியில் முக்தி அடைகிறான்.

* * * *

97. உள்ளது நாற்பது அனுபந்தத்தில், “மகாத்மா என்பவர் - புனித யாத்திரை, வழிபாடு, மற்றும் பக்தி மார்க்கத்தைக் காட்டிலும் - மிகுந்த சக்தி வாய்ந்தவர்,” என்று கூறப்படுகிறது. நான் இங்கே சில மாதங்கள் தங்கிவிட்டேன். ஆனால் எனக்குள் எந்த மாற்றமும் ஏற்படவில்லையே. ஏன்?

பதில்: மகாத்மாவின் பார்வையே நம்மைத் தூய்மைப்படுத்தும். ஆனால் அது நமக்கு வெளிப்படையாகத் தெரியாது. நிலக்கரி தீப்பற்றி எரியக் கொஞ்சம் நேரம் வேண்டும். ஆனால் அடுப்புக்கரிக்குச் சிறிது நேரம் போதும். வெடி மருந்து உடனே பற்றிக் கொள்ளும். ஆகவே ஞானியின் பார்வை நெருப்பு போன்றது. நம் பக்குவ நிலைக்குத் தக்க மாற்றம் ஏற்படும்.

* * * *

98. கடவுளின் காட்சியைப் பெறுவது எப்படி?

பதில்: கடவுளைக் காணுதல் என்னும்போது இப்பொழுது அவர் இல்லை, பின்னர் அவர் வருவார் என்பது பொருள், இல்லையா? தோன்றி மறைவது நித்தியம் ஆகாது. அநித்தியத்தில் யாராவது பற்று வைப்பார்களா? கடவுளைப் பார்ப்பதை விட அவரில் வசிப்பது உயர்ந்தது இல்லையா? நாம் ஆத்மாவில் வசிப்பதையே நாட வேண்டும், வெறும் காட்சிகளை அன்று. அகந்தை தனது மூலமாம் இதயத்தில் கலக்கும்போதுதான் கடவுளோடு நமக்குள்ள ஐக்கியம் புலப்படும்.

* * * *

99. கடவுள் நமக்கு வழிகாட்டுகிறார் என்பதே உண்மை. பின் இந்த உபதேசங்களால் மக்களுக்கு என்ன நன்மை?

பதில்: உபதேசங்கள் அவற்றை நாடுவோர்க்கு மட்டுமே. கடவுளின் வழிகாட்டுதலில் நம்பிக்கை ஸ்திரமாக இருக்குமானால், அதைப் பற்றி

நில்லுங்கள். உங்களைச் சுற்றி நடப்பவை பற்றிக் கவலைப்படாதீர்கள். மேலும் இன்பமும் துன்பமும் இருக்கலாம். ஆனால் இரண்டையுமே உதாசீனப் படுத்துங்கள். கடவுள் நம்பிக்கையிலேயே திடமாக இருங்கள். கடவுள் நம்மைக் காக்கிறார் என்ற நம்பிக்கை உறுதியாக இருக்கும்போது மட்டுமே இது சாத்தியம்.

* * * *

100. கடவுள் தம் இச்சையைத் தேர்ந்தெடுக்கப் பட்ட சில மனிதர் மூலம் நடத்திக் கொள்கிறாரா?

பதில்: கடவுள் எல்லாவற்றுள்ளும் இருக்கிறார். எல்லார் மூலமும் செயல்படுகிறார். ஆனால் தூய்மையான மனங்களுக்கு மட்டுமே அவர் சான்றித்தியம் புரியும். தூய மனங்கள் கடவுள் செயலைப் பிரதிபலிக்கின்றன. எனவேதான் அத்தகையோரைத் 'தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டவர்' என்கிறார்கள். ஆனால் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டவர்

அவ்வாறு சொல்வதில்லை. தான் கடவுளின்
மீடியம் என்ற எண்ணம் ஏற்பட்டால் அவர்
சரணாகதி இன்னம் முழுமை பெறவில்லை, அவர்
இன்னம் ஐக்கியப்படவில்லை என்பது பொருள்.

* * * *



1900-லிருந்து ரமண சந்நிதிப் பணி அவர் மகா நிர்வாணம் அடைந்த 1950 ஏப்ரல் 14 வரைத் தொடர்ந்தது. இந்த அரிய பெரும் காலத்தில் பல்வகைப்பட்ட ஆன்மிக சாதகர்களும், பக்தர்களும், பொதுமக்களும் அவரிடம் வந்து சாத்திரங்கள் பற்றிய தெளிவும், அதுவும் குறிப்பாக ஆத்ம விசாரம் பற்றிய சரியான விளக்கமும், வழிகாட்டுதலும் பெற்றனர்.

சிறிய புத்தக வரிசையில் இது ஒன்பதாவது நூல். இந்நூலில், 'அடிக்கடி அவரிடம் கேட்கப்பட்ட கேள்விகள்' அவற்றுக்கான பதிலுடன் இடம் பெற்றுள்ளன. இதுவரை வந்த சிறிய புத்தகங்களும் இந்த நூலும் வாசகர்களுக்குப் பெருமளவு பயன் தந்து அவர்களுக்கு மன அமைதியும், இயல்பான ஆனந்தமும் நல்கும் என நம்புகிறோம்.